

## Primera



El secretario de Estado para el Deporte español, Miguel Cardenal (47), ayer en Luxemburgo.

# La UE cocina una ley anti-Bosman

FRANCIA Y ESPAÑA impulsan instaurar cupos de canteranos "para que el deporte no sea una mera actividad económica" • Similares al baloncesto

Gerardo Riquelme • Madrid

La Comisión europea estudiará en los próximos meses un documento firmado ayer en Luxemburgo por 12 de los 19 ministros y representantes deportivos de los países de la Unión, que pretende alcanzar un acuerdo sobre la necesidad de tener un mínimo de jugadores formados en su país, en los deportes de equipo.

Desde que se alumbra la Ley Bosman en 1995, los futbolistas pasaron a ser considerados trabajadores y se rompieron los cupos que hasta ese momento regían en lo referente a los jugadores nacidos fuera del país en el que estaba afiliado ese club. "Se trata de demostrar que el deporte no sea contemplado como una mera actividad económica que se rija exclusivamente por las leyes de la economía, sino que sea algo más y que el trabajo desde abajo de los clubes valga la pena", expone Miguel Cardenal, el secretario de Estado del Deporte español.

España ha sido el país en el que se ha apoyado la primitiva

idea que Francia lanzó, después de ver cómo en su competición de rugby un equipo se alzaba con el título con un solo jugador francés en el campo o cómo la Liga de voleibol se dirimió entre dos equipos con 11 jugadores extranjeros en cancha.

El documento de dos folios pretende proteger el trabajo de las canteras y los jugadores formados en el propio país, inquietud que comparte la UEFA, a pesar de que no han encontrado aún una fórmula de éxito.

“

Miguel Cardenal  
Sec. Estado para el Deporte

"Se trata de recuperar las raíces del deporte en Europa"

"Ahora se trata de estudiar esta propuesta y si se puede llevar a cabo, hacerlo en el me-

nor tiempo posible", dice Cardenal, que fija noviembre, en la próxima reunión del Consejo de Ministros europeos, como fecha posible.

Sus argumentos se cimantan en el impacto que la noción de canteranos tiene a nivel económico social y cultural en la dimensión del deporte, así como un regulador de los salarios deportivos que impida el crecimiento disparatado de la ecuación poder financiero-éxito deportivo.

Un asunto con muchas aristas. La simple propuesta acarreará ya un intenso debate. Aún falta por definir si el cupo que se pretende proponer afectará a jugadores inscritos en el acta o sobre el campo; qué número para cada deporte, o tiempo necesario para considerar a un individuo canterano. En España únicamente el baloncesto, en la Liga Endesa, aplica este tipo de cupos en la actualidad.

"Se trata de recuperar las raíces del deporte en Europa, que también tenga base local", reflexiona Cardenal.

## Acuerdo internacional para poder luchar mejor contra los amaños

Agencias • Madrid

El secretario de Estado para el Deporte, Miguel Cardenal, firmó ayer en Luxemburgo el Convenio sobre la manipulación de competiciones deportivas. Este documento es la primera herramienta jurídicamente vinculante para luchar contra los amaños, el primer respaldo internacional importante en esta lucha.

"Con la firma de este Convenio Internacional, España se sitúa en la vanguardia de la lucha contra el 'match fixing'. El Manifiesto contra el amaño de partidos refleja que no es el Gobierno quien le dice no a los amaños, sino es todo el deporte español", explicó Miguel Cardenal en un comunicado.

## ENTRÉNATE PARA LA VIDA

Patricia Ramírez



## Desconecta la mente

**D**ecimos desde la psicología que mente y cuerpo están integrados, y que la salud mental y física pasa por trabajar al unísono. Ambos tienen que remar en la misma dirección. No se puede correr por el campo sin sentido, ni estar completamente concentrado si no tienes la capacidad física para aguantar 93 minutos jugando.

Durante la temporada, los jugadores y el cuerpo técnico están sometidos a estresores continuos: resultados, partidos, críticas, viajes, etc. Esta dinámica suele ser emocionalmente muy intensa, tanto para disfrutarla como para sufrirla.

El periodo de vacaciones es el momento de desconectar. Cuando hablamos de desconexión nos referimos a alejarnos de todo lo que nos afecta, nos estresa y limita el disfrute. Mente y cuerpo tienen una capacidad limitada para soportar la presión, y cuando conscientemente no les damos un descanso, ellos deciden ponerse de forma involuntaria en modo "vacaciones". Síntomas de esta desconexión involuntaria son la incapacidad para mantener la concentración, el agotamiento físico, la dificultad para tomar decisiones correctas, incluso sentir emociones como la ira y las ganas de llorar. Son señales que emiten cuerpo y mente y que nos dicen ¡para, basta ya!

Consejos para desconectar:

q Practica actividades que te plazcan. Viaja, reúnete con amigos, rompe la rutina que tienes todo el año, desorganízate. Haz un 'break'. La vida del deportista de élite está sujeta a horarios, normas, hábitos, dietas, entrenamientos, etc. Puedes seguir cuidando tu físico y descanso

pero de forma más divertida.

q Abúrrete. El cerebro está expuesto a cientos de miles de estímulos. La tecnología nos tiene sobreestimulados: internet, llamadas, chats, redes sociales. Estamos sometidos a demasiada información y con ello anulamos la capacidad para ser creativos, para concentrarnos e incluso descansar. ¿Podrías vivir un día sin móvil, dos...? Haz la prueba.

q Busca ejercicios y tareas que te relajen: leer, hacer relajación, una carrera o caminata nueva por la playa o jugar al golf. Ya tendrás suficiente intensidad durante el año. Aprende a vivir este mes a un ritmo más lento.

q No te obsesiones con que si no haces nada estás perdiendo el tiempo. Cuerpo y mente necesitan no hacer nada para reparar el estrés y la tensión acumulados durante el año. No hacer nada es hacer mucho.

q Ríe todo lo que puedas. Si hay una actividad relajante y antiestrés, esa es la risa.

q Ten personas de confianza que resuelvan tu futuro. Si te vas de vacaciones y te dedicas a pensar todo el mes en qué equipo estarás y qué tipo de contrato firmarás, no hay descanso. Si tu representante no te inspira confianza ciega, cambia de profesional. Pero no te desgastes con una tarea que no es la tuya. Tienes que ocuparte de tus asuntos pero no preocuparte. Para eso los tienes a ellos.

El descanso y la desconexión son reparadores. Practícalas te permitirá volver con las pilas cargadas y con mayor motivación.

t @Pati\_Psicologa



El sevillista José Antonio Reyes (31) durante sus vacaciones.